

Rhume, grippe, Covid : quand sommes-nous contagieux ?

Toutes les infections respiratoires aiguës causées par des virus ont un point commun : elles ne sont contagieuses que pendant la période où les virus respiratoires se multiplient :

- Pendant les heures ou les quelques jours qui suivent l'entrée des virus dans le nez, la gorge, les yeux ou les bronches, les virus commencent à se multiplier. Les signes infectieux n'étant pas encore apparus, le malade a l'air bien portant. Il est contagieux sans le savoir, c'est la phase d'incubation.
- Quand les signes infectieux apparaissent, la multiplication virale est à son apogée. Le malade est très contagieux, mais il se rend compte qu'il est infecté. C'est le début de la phase dite « symptomatique » (du fait que la personne présente des symptômes plus ou moins marqués).
- Au bout de quelques jours, les symptômes persistent, mais les défenses immunitaires ont bloqué la multiplication virale. Le malade n'est plus contagieux.

Source : Open Rome

« Incubation »

Phase d'un épisode infectieux, pendant laquelle l'agent responsable (virus, bactérie, parasite...) pénètre dans l'organisme et commence à proliférer, sans que les défenses immunitaires aient pu commencer à provoquer des signes d'infection (fièvre, fatigue, courbatures, etc.).

Ne ressentant aucun symptôme, le malade ignore qu'il est contagieux, ce pourquoi la période d'incubation joue un grand rôle dans la propagation des épidémies.

Dans un grand nombre d'infections respiratoires virales, l'incubation est habituellement brève : 1 à 3 jours.

Pour limiter la propagation des épidémies par les personnes en phase d'incubation, plusieurs sortes de précautions peuvent être mises en œuvre, en fonction de la situation et des agents infectieux :

- isoler les personnes qui ont été en contact avec des malades infectés (« cas contact »), ou leur demander de mettre en œuvre énergiquement des mesures barrières (port d'un masque, lavage des mains, etc.) ;
- en période épidémique, limiter les gestes facilitant la transmission : éviter les contacts rapprochés lors des réunions, intensifier le lavage des mains ;
- prendre un antiviral spécifique de l'agent infectieux épidémique après avoir été en contact avec un malade infecté (« traitement post-contact ») ;
- en situation pandémique intense, demander à toute la population de se considérer comme cas contacts (c'est la situation actuelle provoquée par la Covid-19).

Source : Open Rome

Météo antibio

Risques

- Covid19 moyen
- Grippe faible
- Inf respiratoire élevé
- Gastro-entérite moyen

Sources : RNSA, Santé Publique France, BeHCL

Météo régionale : <https://epidmeteo.fr>



Quiz « Foie » ?

Cochez la bonne réponse

- il est utile mais on peut s'en passer
- il est sujet aux crises de foie
- il élimine les médicaments après usage
- il fabrique les vitamines.

Pour vérifier l'exactitude de votre réponse, consultez le Doc du jeudi n°2021-44 en ligne sur le site <https://openrome.org/ddi/annee/2021>

Pour s'abonner :
<https://openrome.org/abonnement/ddi>